УТВЕРЖДАЮ
Зав. кафедрой спортивных дисциплин
К.Ш. Дунаев
«3» августа 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дисциплины

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА: *ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА*

Направление подготовки
49.03.01 - Физическая культура

Профиль подготовки
«Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

Квалификация (степень) выпускника:

бакалавр

Форма обучения: очная, очно-заочная, заочная
Кафедра-разработчик: кафедра спортивных дисциплин

Грозный 2020

Образовательная дисциплина «Теория и методика по базовым видам спорта (легкая атлетика)» относится к предметно-методическому модулю учебного плана подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль в соответствии с квалификацией выпускника – тренера по избранному виду спорта.

Рабочая программа составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки (специальности) 49.03.01 «Физическая культура» уровню высшего образования Бакалавриат, утвержденного приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 № 940 с учетом Примерной основной образовательной программы, рекомендованной ФУМО в системе высшего образования по УГСН «Образование и педагогические науки».

Разработчик:

Разработчик:

Старший преподаватель _____Абубакарова Н.А.

Рабочая программа обсуждена, одобрена и утверждена на заседании кафедры физического воспитания от 28.08.2020 г., протокол № 1

Зав. кафедрой д. п. н., доцент Дунаев К.Ш.

1. Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины - формирование у студентов теоретических и практических умений и навыков обучения базовым видам спорта в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Задачи дисциплины:

- формирование основных понятий при обучении базовым видам спорта в общей системе физического воспитания;
- освоение студентами основ базового вида спорта в системе подготовки бакалавра;
- овладение техникой и методикой обучения базовым видам спорта;
- приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для успешной самостоятельной организационной и педагогической работы в образовательных учреждениях различного типа.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина «Теория и методика обучения базовым видам спорта» входит в раздел учебного плана базовой части блока Б1.О.1.05.07.02.

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности бакалавров:

- лица, вовлеченные в деятельность в сфере физической культуры и спорта и потенциальные потребители физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг;
- процессы формирования мировоззренческих, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на сохранение и укрепление здоровья, ведение здорового образа жизни, оптимизации психофизического состояния человека, освоения им разнообразных двигательных умений и навыков, и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности;
- учебно-методическая и нормативная документация.

Для освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта» обучающиеся используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, полученные и сформированные в ходе изучения дисциплин «Анатомия человека», «История физической культуры», «Педагогика», «Психология».

Освоение данной дисциплины также необходимо для прохождения учебной и производственной (педагогической) практик.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

В процессе изучения дисциплины у студентов формируются следующие компетенции:

- способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8);
- способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей, занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);
- способностью организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
- способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и

результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15).

В результате изучения дисциплины студент должен:

знать:

- историю развития базового вида спорта как жизненно необходимого навыка, а также как вида физических упражнений, имеющего оздоровительное и прикладное значение;
- вопросы материально-технического обеспечения учебно-тренировочного процесса в базовых видах спорта;
- приемы подбора адекватных поставленным задачам средствах и методах тренировки;
- основы теории и методики обучения базовым видам спорта: содержание, формы и методы планирования и организации учебно-тренировочной и соревновательной работы;
- факторы риска, нормы и правила безопасных организаций и проведения занятий и соревнований по базовым видам спорта;
- правила соревнований в базовых видах спорта;

уметь:

- оценивать состояние индивида, его пригодность к занятиям базовыми видами спорта;
- планировать и проводить мероприятия по предупреждению травматизма на занятиях базовыми видами спорта;

владеть:

- навыками практического выполнения технических и тактических действий, входящих в программу дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта»;
- навыками использования специальной терминологии, профессиональной речи, общения, воспитательной и консультационной работы в процессе занятий базовыми видами спорта.

4. Краткое содержание

Учебная дисциплина «Теория и методика обучения базовым видам спорта» включает в качестве обязательного минимума следующие дидактические единицы, интегрирующие тематику теоретического, практического и контрольного учебного материала по обучению базовым видам спорта:

- гимнастика;
- подвижные игры;
- легкая атлетика;
- баскетбол;
- футбол.

Профессиональная направленность образовательного процесса по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта» объединяет все разделы программы, выполняя связующую, координирующую и активизирующую функцию.

5.ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

общепрофессиональных (ОПК)

ОПК-1- способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся

различного пола и возраста
ОПК-3- способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке
ОПК-7- способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

	Формирующие компетенции
Знания:	
Истории и современного состояние легкой атлетики, еѐ место и значение в физической культуре, науке и образовании	ОПК-1
Основ техники в легкую атлетику	ОПК-3
Методик обучения видам легкой атлетики	ОПК-3
Методик развития физических качеств средствами легкой атлетики	ОПК-3
Воспитательных возможности занятий легкой атлетикой	ОПК-1
Принципов и порядков разработки учебно-программной документации для проведения занятий по легкой атлетике	ОПК-1
Специфики проведения занятий по легкой атлетике, требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований	ОПК-7
Правил безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера	ОПК-7
Способов оценки результатов обучения в легкой атлетике	ОПК-1
Методик контроля и оценки физической подготовленности обучающихся на занятиях легкой атлетикой	ОПК-3
Требований к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по легкой атлетике	ОПК-3
Правил и организации соревнований в легкой атлетике	ОПК-1
Методик проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики	ОПК-3
Умения:	
Ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях легкой атлетикой	ОПК-1
Подбирать методику проведения занятия по легкой атлетике с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, занимающихся	ОПК-3
Разрабатывать план занятия по легкой атлетике	ОПК-1
Разъяснять в простой и доступной форме суть упражнения, правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря	ОПК-7
Показывать образцово и наглядно выполнение упражнений	ОПК-3
Использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности учащихся с учетом особенностей легкой атлетики	ОПК-1

Вести разъяснительную работу по профилактике травматизма и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях по легкой атлетике	ОПК-7
Определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности учащихся при освоении программ по легкой атлетики	ОПК-1
Контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении видов легкой атлетики, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания	ОПК-3
Использовать систему нормативов и методик контроля технической и физической подготовленности обучающихся	ОПК-3
Анализировать проведенные занятия по легкой атлетике для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности	ОПК-1
Пользоваться спортивным инвентарем и контрольно-измерительными приборами	ОПК-7
Использовать существующие методики проведения соревнования по легкой атлетике, физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики	ОПК-3
Ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях легкой атлетикой	ОПК-1
Подбирать методику проведения занятия по легкой атлетике с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, занимающихся	ОПК-3
Разрабатывать план занятия по легкой атлетике	ОПК-1
Разъяснять в простой и доступной форме суть упражнения, правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря	ОПК-7
Показывать образцово и наглядно выполнение упражнений	ОПК-3
Использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности учащихся с учетом особенностей легкой атлетики	ОПК-1
Навыки и/или опыт деятельности:	
Владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов	ОПК-3
Обеспечения безопасности при проведении занятий по легкой атлетики	ОПК-7
Планирования и проведения занятия по легкой атлетике	ОПК-1
Проведения анализа занятия по легкой атлетике	ОПК-3
Участия в судействе соревнования в легкой атлетике	ОПК-3
Планирования мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики	ОПК-1

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина относится к базовой части образовательной программы.

В соответствии с примерным учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	
Контактная работа		**64**	**34**	**30**						
В том числе:										
Лекции			**17**							
Семинары			**17**	**30**						
Практические занятия										
Промежуточная аттестация (экзамен)				**зач**						
Самостоятельная работа студента		**80**	**38**	**42**						
Контроль										
Общая трудоемкость	**часы**	**144**	**72**	**72**						
	зач. един.	**4**	**2**	**2**						

очно-заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	
Контактная работа		**38**	**20**	**18**						
В том числе:										
Лекции			**10**							
Семинары			**10**							
Практические занятия										
Курсовая работа										
Промежуточная аттестация (экзамен)				**зач**						
Самостоятельная работа студента		**106**	**52**	**54**						
Контроль										
Общая трудоемкость	**часы**	**144**	**72**	**72**						
	Зачетные единицы	**4**	**2**	**2**						

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	
Контактная работа		**12**	4	8						
В том числе:										
Лекции			2	2						
Семинары			2	6						
Практические занятия										
Курсовая работа										
Промежуточная аттестация (экзамен)				зач						
Самостоятельная работа студента		**132**	68	66						
Контроль										
Общая трудоемкость	**часы**	**144**	72	72						
	Зачетные единицы	**4**	**2**	**2**						

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Всего часов
1	Возникновение, развитие и современное состояние легкой атлетики. Классификация и терминология в легкой атлетике.	Возникновение и этапы развития легкой атлетики, легкая атлетика в дореволюционной России, развитие легкой атлетики в СССР и России, достижения отечественных спортсменов легкоатлетов на чемпионатах Европы, мира, Олимпийских играх, современный уровень спортивных результатов Российских и зарубежных спортсменов, обзор научных исследований и проблемы развития легкой атлетики. Предмет, задачи, содержание курса, требования комплексной подготовки студентов. Основные термины в легкой атлетике, требования, международной терминологии и ее применение в практической деятельности. Техника безопасности в легкой атлетике	
2	Техника и методика обучения в легкой атлетике	Техника бега. Бег как естественные способ передвижения человека. Цикличность движений. Анализ техники бегового шага. Скорость передвижения и зависимость от длины и частоты шагов в беге. Старт. Стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции. Выполнение практического норматива. Техника прыжков. Характеристика прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжков: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная фаза прыжка. Движения прыгунов в полете и при приземлении. Обучение технике прыжка в длину способом «согнув ноги». Обучение техники прыжка в высоту способом «перешагивание». Выполнение практического норматива. Техника метаний. Характеристика легкоатлетических метаний. Виды метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снарядов. Исходное положение. Разбег. Финальное усилие. Обучение технике толкания ядра. Обучение технике метания малого мяча. Выполнение практического норматива. Типовая схема обучения и последовательность изучения техники. Основные принципы обучения. Основные методы обучения. Задачи обучения. Основной путь обучения: от сообщения знаний к формированию умений и навыков.	

		Двигательные умения и навыки. Положительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения. Специфика применения дидактических принципов при обучении в видах легкой атлетики. Структура процесса обучения. Предупреждение и устранение грубых ошибок.	
3	Организация и проведение занятий по легкой атлетике в общеобразовательных учреждениях. Использование Легко-атлетически х упражнений в рекреационной деятельности.	Структура, задачи и содержание урока по легкой атлетике. Подбор и дозировка упражнений. Подготовка педагога. Оценка успеваемости. Планирование урока по легкой атлетике. Проведение урока по легкой атлетике. Легкая атлетика в общеобразовательных учреждениях различного уровня. Применение легкоатлетических упражнений в рекреационной деятельности. Оздоровительный бег и ходьба. Укрепления кардио респираторной системы и опорно-двигательного аппарата. Техника и методика оздоровительного бега и ходьбы. Разновидности оздоровительного бега (общей и специальной направленности) и ходьбы (нордическая ходьба).	
4	Организация и проведение соревнований по легкой атлетике.	Организация судейства соревнований в беговых, прыжковых видах и метаниях. Положение о соревновании. Функции главного судьи. Состав судейских бригад на виде. Проведение соревнований в общеобразовательных учреждениях. Судейство соревнований по прыжкам. Судейство соревнований по метаниям. Судейство соревнований в беговых видах.	

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
ОПК-1- способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-	ПС «Тренер» А/01.5 - Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся А/03.5 - Планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе В/02.5- Обучение основам техники двигательных действий (по виду спорта, спортивным дисциплинам	Знает: историю и современное состояние легкой атлетики, еѐ место и значение в физической культуре, науке и образовании; методики обучения видам легкой атлетики; методики развития физических качеств средствами легкой атлетики; воспитательные возможности

морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ПС «Педагог дошкольного и общего образования (воспитатель, учитель)» A/01.6 - Общепедагогическая функция. Обучение A/02.6 - Воспитательная деятельность ПС «Педагог дополнительного образования» A/01.6 - Организация деятельности учащихся, направленная на освоение дополнительной общеобразовательной программы. A/05.6 – Разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы ПС «Инструктор-методист» B/03.5 Планирование, организация и проведение образовательной работы по физической культуре с обучающимися, занимающимися C/01.5 Организация проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации	занятий легкой атлетикой; принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по легкой атлетике; методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики. Умеет: формулировать задачи занятия в зависимости от возраста, пола и уровня подготовленности занимающихся; подбирать методы, средства и методические приемы в зависимости от поставленных задач; дозировать средства с учетом поставленных задач, уровня подготовленности и возрастных особенностей занимающихся. Имеет опыт: планирования занятий по легкой атлетике по обучению технике видов легкой атлетики, решению оздоровительных и воспитательных задач. планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в легкой атлетике.
ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и	ПС «Тренер» A/01.5 - Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся A/02.5- Формирование у обучающихся представлений о теоретических основах физической культуры и интереса к занятиям спортом A/03.5- Планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе B/02.5- Обучение основам техники	Знает: - историю и современное состояние легкой атлетики, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды легкой атлетики, как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий легкой атлетикой, - терминологию легкой атлетики, - основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний,

физической подготовке	двигательных действий (по виду спорта, спортивным дисциплинам) ПС «Педагог дополнительного образования» А/01.6 – Организация деятельности учащихся, направленная на освоение дополнительной общеобразовательной программы А/04.6– Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы ПС «Педагог профессионального обучения» А/01.6 – Организация учебной деятельности обучающихся по освоению учебных предметов, курсов, дисциплин В/03.05 -Планирование, организация и проведение образовательной работы по физической культуре с обучающимися, занимающимися ПС «Педагог дошкольного и общего образования (воспитатель, учитель)» А/01.6 –Общепедагогическая функция. Обучение А/02.6 - Воспитательная деятельность А/03.6 – Развивающая деятельность В/03.6 -Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования ПС «Инструктор-методист» С/01.5- Организация проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации В/03.5 -Планирование, организация и проведение образовательной работы по физической культуре с обучающимися, занимающимися	технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты)); - методики обучения технике легкоатлетических упражнений; - методики развития физических качеств средствами легкой атлетики; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой; - правила и организацию соревнований в легкой атлетике; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики; -организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; -психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. Умеет:

		- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по легкой атлетике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по легкой атлетике, в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей Деятельности терминологию легкой атлетики - распределять на протяжении занятия средства легкой атлетики с учетом их влияния на организм занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в легкой атлетике, - использовать средства легкой атлетики, для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС); - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств легкой атлетики; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики; -контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств легкой атлетики; - оценивать качество выполнения упражнений в

		легкой атлетике и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в легкой атлетике, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по легкой атлетике; - использовать существующие методики проведения соревнований по легкой атлетике -проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по легкой атлетике; -проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; -осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; -анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - формировать основы физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и

		динамики развития и физической подготовленности обучающихся. Имеет опыт: - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнение контрольных нормативов; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ПС «Тренер» A/01.5 Формирование у обучающихся представлений о теоретических основах физической культуры и интереса к занятиям спортом B/01.5 Осуществление набора обучающихся в группы и секции этапа начальной подготовки (по виду спорта, спортивным дисциплинам) B/02.5Обучение основам техники двигательных действий (по виду спорта, спортивным дисциплинам)	Знает: специфика проведения занятий по легкой атлетике, требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований; правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по легкой

	C/01.5Осуществление отбора обучающихся в группы и секции тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) по виду спорта, спортивным дисциплинам C/02.5Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической подготовленности, соответствующей специфике вида спорта D/01.6 Осуществление отбора обучающихся в группы и секции этапа совершенствования спортивного мастерства (по виду спорта, Спортивной дисциплине) D/02.6 Совершенствование специальных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма спортсменов E/01.6 Подготовка спортсменов к достижению результатов уровня сборных команд России F/01.6 Осуществление тренировочного процесса со спортсменами спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации по виду спорта (спортивной дисциплине) ПС «Инструктор-методист» B/03.5 Планирование, организация и проведение образовательной работы по физической культуре с обучающимися, занимающимися C/01.5 Организация проведения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации C/03.5 Обеспечение безопасности и профилактика травматизма Занимающихся в физкультурно-спортивной организации E/01.6 Руководство организацией и проведением ФОиСМ работы в ФСО ПС «Педагог дополнительного образования»	атлетике: причины возникновения травматизма во время занятий легкой атлетикой. Умеет: умеет организовывать безопасное выполнение любых легкоатлетических упражнений и оказывать первую доврачебную помощь. Имеет опыт: самостоятельного проведения занятия по легкой атлетике по обучению в рамках утвержденных программ с учетом обеспечения техники безопасности и профилактики травматизма.

	ПДО А/02.6 Организация досуговой деятельности учащихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы	

Перечень вопросов для промежуточной аттестации.
1 семестр

1. Возникновение и развитие легкой атлетики.
2. История развития легкой атлетики в России.
3. Эволюция развития прыжков.
4. Эволюция развития метаний.
5. Легкая атлетика на древних Олимпийских играх.
6. История развития современной легкой атлетики.
7. Представительство легкой атлетики в Олимпийской программе.
8. Достижения российских легкоатлетов на Олимпийских играх.
9. Участие петербуржцев-легкоатлетов на Олимпийских играх.
10. Классификация видов легкой атлетики.
11. Основы техники бега
12. Анализ техники бега на средние дистанции.
13. Особенности бега на 200 метров.
14. Анализ вариантов техники низкого старта.
15. Анализ техники низкого старта и стартового разбега в беге на 100 и 200 метров.
16. Динамика изменения скорости движения в беге на 100 м.
17. Анализ техники бега на средние дистанции.
18. Сравнительный анализ техники бега по прямой и по виражу в беге на средние дистанции.
19. Сравнительный анализ выполнения «высокого» и «низкого» старта
20. Сравнительный анализ техники бега на короткие и средние дистанции.
21. Сравнительный анализ техники бега по прямой и виражу в беге на короткие дистанции.
22. Основы техники легкоатлетических прыжков.
23. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание».
24. Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги».
25. Сравнительный анализ техники разбега и отталкивания в прыжках в длину и высоту.
26. Сравнительный анализ прыжков в длину и в высоту.
27. Основные факторы, средние показатели, определяющие результат в высоту.
28. Основы техники метаний.
29. Анализ техники метания малого мяча.
30. Анализ техники метания малого мяча с места в цель.
31. Особенности выполнения «обгона снаряда» в толкании ядра и метании мяча.
32. Сравнительный анализ техники предварительного разгона снаряда в толкании ядра способом «со скачка» и метания малого мяча с разбега.
33. Анализ техники толкания ядра способом «со скачка».
34. Сравнительный анализ техники основного разгона снаряда в толкании ядра и метании малого мяча.
35. Основные факторы, средние показатели, определяющие результат в толкании ядра.
36. Судейство соревнований по бегу на средние и длинные дистанции.
37. Состав судейской бригады на старте и их обязанности.
38. Состав судейской бригады на финише и их обязанности.
39. Судейство соревнований по прыжкам в высоту.
40. Судейство соревнований по прыжкам в длину.

41.Состав судейской бригады в прыжках в длину и их обязанности.
42.Определение победителя в прыжках в длину (варианты).
43.Определение победителя в прыжках в высоту (варианты).
44.Состав судейской бригады в прыжках в высоту и их обязанности.
45.Судейство соревнований по толканию ядра.
46.Судейство соревнований по метанию малого мяча.
47.Основные требования к местам соревнований по метанию малого мяча.
48.Определение победителя в соревновании по толканию ядра (варианты)
49.Определение победителя в соревновании по метанию малого мяча(варианты).
50.Судейство соревнований по бегу на короткие дистанции.
51.Основные требования к местам соревнований и оборудованию в толкании ядра.

Типовые вопросы для дифференцированного зачета:
2 семестр

1. Место и значение легкой атлетики в системе физического воспитания.
2. Характеристика основных методов обучения двигательным действиям
3. Классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений.
4. Характеристика специально-подводящих упражнений в легкой атлетике
5. Характеристика специально-развивающих упражнений в легкой атлетике
6. Типовая схема обучения легкой атлетики.
7. Характеристика педагогических основ формирования двигательного навыка в легкой атлетике.
8. Характеристика основных принципов, применяемых в процессе обучения легкоатлетическим упражнениям.
9. Раскройте методы практического разучивания техники движения на примере одного из видов легкой атлетики.
10.В чем особенности комплексного метода, применения в обучении легкоатлетическим видам.
11.Обоснуйте вероятные причины возникновения ошибок в процессе обучения.
12.Определите способы устранения возможных двигательных ошибок.
13.Методика обучения технике бега по дистанции в беге на средние дистанции.
14.Методика обучения технике бега по дистанции в спринтерском беге.
15. Методика обучения технике старта и стартового разгона в беге на короткие дистанции.
16.В чем состоит особенность обучения умению варьировать длину и частоту шагов в беге.
17.Приведите примеры тестов на определение типов бегунов.
18.Методика обучения разбегу и отталкиванию в прыжках в высоту способом «перешагивание».
19.Методика обучения переходу через планку и приземлению в прыжках в высоту способом «перешагивание».
20.Обеспечение техники безопасности приземления в прыжках в высоту.
21.Типичные ошибки в технике прыжка в высоту и способы их устранения.
22.Методика обучения технике разбега и отталкивания в прыжке в длину способом «согнув ноги».
23.Методика обучения технике фазы полета в прыжке в длину способом «согнув ноги».
24.Методика обучения технике приземления в прыжках в длину способом «согнув ноги».
25.Типичные ошибки в технике в прыжке в длину и способы их устранения.
26.Методика обучения метанию малого мяча в цель.
27.Методика обучения бросковым шагам в метании малого мяча с разбега.
28.Методика обучения метанию малого мяча с разбега.
29.Типичные ошибки в технике метания малого мяча и способы их устранения
30.Методика обучения толканию ядра способом «со скачка».
31.Методика обучения финальному усилию в толкании ядра.

32.Методика обучения скачкообразному разбегу в толкании ядра.
33.Типичные ошибки в технике толкания ядра и способы их устранения
34.Роль имитационных упражнений при обучении технике толкания ядра.
35.Назовите необходимые меры безопасности при организации занятий по метаниям.
36.В чем специфика обеспечения безопасности при проведении занятий по метаниям в зале и на открытом воздухе.
37.Оздоровительная направленность легкой атлетики.
38.Характеристика основных правил техники безопасности при обучении легкоатлетическим видам.
39.Организация занятий по легкой атлетике в общеобразовательных школах.
40.Урок по легкой атлетике в общеобразовательных школах.
41.Организация массового обучения легкоатлетическим видам в общеобразовательных школах.
42.Материально-техническое обеспечение занятий по легкой атлетике в общеобразовательных школах.
43.Оздоровительное и прикладное значение занятий легкой атлетикой.
44.Быстрота и методика ее развития средствами легкоатлетических упражнений.
45. Скоростно-силовые качества и методика ее развития средствами легкоатлетических упражнений.
46.Выносливость и методика ее развития средствами легкоатлетических упражнений.
47.Гибкость и методика ее развития средствами легкоатлетических упражнений.
48.Ловкость и методика ее развития средствами легкоатлетических упражнений.
49.Организация соревнований по прыжкам в длину.
50.Организация соревнований в толкании ядра.
51.Организация соревнований в беге.

Типовые контрольные задания:

1. Подготовка реферата с целью закрепления знаний в области изучаемого предмета. Тема реферата конкретизируется преподавателем в зависимости от вида легкой атлетики.

Тема №1: История развития, анализ техники и судейство соревнований
в выбранном виде легкой атлетики.

План реферата:

1. История развития вида: отразить эволюцию развития данного вида от возникновения до настоящего времени, указать рекорды России, мира, Олимпийских игр за последние 10 лет.
2. Техника вида: указать интегральные факторы, определяющие результативность в выбранном виде; отметить основные кинематические и динамические характеристики техники вида; раскрыть фазовую структуру движения.
3. Организация и судейство соревнований выбранного вида: раскрыть состав судейской бригады и их обязанности; отразить основные правила проведения соревнований; указать на требования, предъявляемые к местам проведения соревнований и используемому инвентарю.
4. Список используемой литературы.

Тема №2: Методика обучения и организация проведения соревнований по видам легкой атлетики.

План реферата:

1. Методика обучения вида (отразить задачи, средства, методические указания, возможные ошибки и способы их устранения).
2. Ведущие двигательные качества, определяющие результативность в виде легкой атлетики (указать формы проявления ведущих двигательных качеств и раскрыть особенности их развития средствами и методами легкоатлетических упражнений).
3. Организация процесса обучения выбранного вида (техника безопасности на занятиях по легкой атлетике, требования к залу для проведения занятий, используемый инвентарь).

4. Организация проведения соревнований по выбранному виду в условиях общеобразовательного учреждения (организация проведения видов в спортивном зале или на стадионе, состав судейской бригады и их обязанности, необходимый инвентарь, порядок определения победителей, техника безопасности).
5. Список используемой литературы.

2. Проведение подготовительной и основной части занятия по легкой атлетике. Тема конспекта предлагается преподавателем, ведущим дисциплину. Формулируется тема в виде задачи. Выбор вида не должен выходить за рамки изучаемого в данном семестре.

Перечень задач для написания конспекта (на примере метания малого мяча)
1. Обучать технике финального усилия.
2. Обучать метанию в вертикальную цель с места.
3. Обучать метанию в горизонтальную цель с места.
4. Обучать технике метания с трех шагов разбега.
5. Обучать технике отведения снаряда «прямо-назад» на месте.
6. Обучать технике отведения снаряда «прямо-назад» в движении.
7. Обучать предварительному разбегу с мячом.
8. Обучать предварительному разбегу с мячом.
9. Обучать переходу от предварительного разбега к бросковым шагам.
10. Обучать «скрестному» шагу в сочетании с финальным усилием.
11. Обучать ритму бросковых шагов.
12. Обучать технике основного разгона снаряда, используя имитационные упражнения.
13. Обучать технике «обгона» снаряда.
14. Обучать ритму метания с разбега в целом.
15. Обучать технике выполнения «скрестного» шага.
16. Обучать технике основного разгона снаряда, используя специальные бросковые упражнения.
17. Обучать технике отведения снаряда «прямо-назад» в ходьбе.
18. Обучать технике отведения снаряда «прямо-назад» в беге.
19. Обучать специальным упражнениям метателя.
20. Обучать технике «скрестного шага», используя специальные упражнения.
21. Обучать технике «скрестного шага», используя подводящие упражнения.
22. Обучать технике финального усилия, используя специальные упражнения.
23. Обучать технике финального усилия с места, используя имитационные упражнения.
24. Обучать ритму финального усилия.
25. Обучать финального усилия из исходного положения, стоя лицом по направлению метания.
26. Обучать финального усилия из исходного положения, стоя боком по направлению метания.
27. Обучать сочетанию работы двигательных звеньев метателя при выполнении финального усилия.

3. Выполнение практического норматива, где оценивается результат
и техника базовых видов легкой атлетики.

Тестовые задания.

Тестовые задания разработаны по всем изучаемым в рамках предмета
видам легкой атлетики. В вопросах отражены все разделы содержания
дисциплины.
Пример тестового задания:

1. Какие дистанция относятся к средним:
а) 200, 400 м; б) 800, 1500 м; в) 3 000, 5 000м; г)400, 800 м.
2. Чем характеризуется эффективность техники в беге на средние дистанции:
а) экономичностью движений; б) мощностью движений; в) амплитудой движений; г) сочетанием длины и частоты шагов.
3. Сколько разрешается фальстартов в беге на средние дистанции:
а) 0; б) 1; в) 2; г) 3.
4. В какой году в Российской Империи был создан первый кружок «Любителей бега»:
а) 1870; б) 1888; в) 1897; г) 1938.
5. Какие из параметров имеют решающее значение для дальности полета ядра:
а) угол вылета снаряда и сопротивление воздушной среды; б) высота выпуска снаряда и скорость разбега; в) угол вылета и начальная скорость в момент вылета; г) угол вылета снаряда, начальная скорость и высота выпуска снаряда.
6. Сколько составляет угол вылета снаряда в толкании ядра:
а) 38-40°; б)40- 45°; в)45- 50°; г)50- 55°.
7. В какой стране впервые толкание ядра появилось как вид легкой атлетики:
а) США; б) Англия; в) Германия; г) Швеция.
8. Диаметр круга в секторе для толкания ядра составляет:
а) 240,5 см; б) 223,5 см; в) 213,5 см; г) 210,5 см

Рекомендации по оцениванию результатов достижения компетенций.

1. Критерии оценки рефератов:
Отдельно оценивается содержание реферата (оформление по плану, полнота содержания реферата, соответствие оформления требованиям) и его защита (степень раскрытия доклад темы реферата; самостоятельность изложения; использование иллюстративного материала и мультимедийного приложения; ответы на все вопросы, заданные при обсуждении).

Реферат оценивается в совокупности двух составляющих:

1. Содержание реферата.

«отлично» - оформление по плану, тема реферата раскрыта полностью, оформление соответствует требованиям.

«хорошо» - реферат оформлен в соответствии с требованиями, но отмечены некоторые недостатки;

«удовлетворительно» - небрежность в оформлении реферата. Тема раскрыта не в полном объеме.

2. Защита рефератов;

«отлично» -доклад полностью раскрывает тему реферата, изложен самостоятельно, без помощи сопроводительного текста. В качестве иллюстрации используется с мультимедийное приложение. Ответы на все 3 вопроса, заданные при обсуждении.

«хорошо» -Доклад в целом раскрывает тему реферата, изложен без сопроводительного текста. Ответ на 1-2 вопроса;

«удовлетворительно» - Сообщение по теме реферата, доложено при помощи чтения сопроводительного текста. На поставленные вопросы нет исчерпывающего ответа.

2. Критерии оценивания техники базовых видов легкой атлетики и уровня подготовленности студентов:

Техника выполнения вида легкой атлетики оценивается исходя из согласованности по направлению, амплитуде, распределению усилий и ритму выполнение движения, наличию ошибок в технике, влияющих на структуру движений, а также заранее утвержденных нормативных показателей.

Пример оценивания техники движения (бег на средние дистанции):

«отлично» – согласованное по направлению, амплитуде, распределению усилий и ритму выполнение движения.

«хорошо» – мелкие ошибки с нарушением ритма или распределения усилий при сохранении общей схемы движения.

«удовлетворительно» – выполнение движения с 1 – 2 грубыми ошибками.

3. Критерии оценки учебной практики проведения занятий по базовым видам легкой атлетики:

При проведении студентами подготовительной и основной части занятия необходимо использовать следующие критерии оценки:

- оценка конспекта (соответствие средств и методов поставленным задачам; методические приемы обучения и организации, их адекватность и разнообразие; точность методических указаний; внешний вид);
- оценка проведения занятия (соблюдением необходимых дидактических принципов; соответствие методов и методических приемов поставленным задачам учебному материалу и условиям проведения занятия;

обеспечение техники безопасности).

Пример оценивания проведения основной и подготовительной части (прыжок в длину способом «согнув ноги»):

Оценка конспекта:

«отлично» – материал упражнений соответствует поставленным задачам. Методические приемы обучения и организации, используя творческий подход, указаны правильно и разнообразно. Конспект всех частей занятия представлен в соответствии с предъявляемыми требованиями и имеет аккуратный внешний вид.

«хорошо» – подбор средств решает поставленные задачи. Методические указания в целом представлены правильно, но недостаточно разнообразно. Внешний вид конспекта соответствует норме.

«удовлетворительно» – основные задачи урока решены не в полной мере из-за ограниченного объема применяемых средств обучения и недостаточной точности методических указаний. Упражнения подготовительной части мало соответствуют требованиям основной части урока. Конспект урока написан небрежно.

Оценка проведения занятия:

«отлично» – занятие проведено с соблюдением необходимых дидактических принципов. Используемые методы и методические приемы соответствуют поставленным задачам, учебному материалу и условиям проведения занятия. Техника безопасности обеспечена полностью. Вопросы организации занятия решены рационально, моторная плотность достаточная, дисциплина поддерживается хорошо. Поведение практиканта соответствует требуемой норме.

«хорошо» – поставленные перед уроком задачи в целом решены в соответствии с предъявляемыми требованиями. Средства и методы адекватны поставленным задачам.

Техника безопасности обеспечена в полной мере. Имеются некоторые недочеты в организаторской и коммуникативной деятельности практиканта. Поведение практиканта соответствует необходимой норме.

«удовлетворительно» – основные задачи урока полностью не решены. Используемые средства и методы плохо решают поставленные задачи. Слабо продемонстрированы организаторские и коммуникативные способности. Внешний вид практиканта и его поведение удовлетворительно.

ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины (модуля)

ОСНОВНАЯ:

1. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Легкая атлетика [Текст]: учебник для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению подготовки "Физическая культура" / Г. В. Грецов [и др.]; под ред. Г. В. Грецова, А. Б. Янковского. - 2-е изд., стер. - Москва: Академия, 2014. - 287, [1] с.: ил. - (Высшее образование) (Бакалавриат). - Гриф УМО вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры. -
Библиогр.: с. 284-286.
2. Жилкин, А.И. Теория и методика легкой атлетики [Текст]: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук. - 7-е изд., испр. - Москва: Академия, 2013. - 463, [1] с.: ил. - (Высшее профессиональное образование) (Бакалавриат). - Библиогр.: с. 460-461.
3. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Легкая атлетика [Текст]: учебник для образовательных учреждений высшего профессионального образования,
осуществляющих образовательную деятельность по направлению подготовки "Физическая культура" / Г. В.Грецов [и др.]; под ред. Г. В. Грецова, А. Б. Янковского. - Москва: Академия, 2013. - 288 с.: ил. - (Высшее профессиональное образование) (Бакалавриат). - Гриф УМО вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры. -
Библиогр.: с. 284-286.
4. Сафронов, Е.Л. Легкоатлетические прыжки [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е. Л. Сафронов; Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, Кафедра теории и методики легкой атлетики. - Электрон. текстовые дан. (1 файл: 2,74 МБ). - Смоленск: [б. и.], 2011. – 93с.-Электрон. дан. (1 файл). - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБС. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии.
5. Забелина, Л.Г. Легкая атлетика: учебное пособие / Л.Г. Забелина, Е.Е. Нечунаева. - Новосибирск: НГТУ, 2011. - 59 с. - ISBN 978-5-7782-1448- 1 ЭБС «Университет; то же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228993

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Жилкин, А.И. Легкая атлетика [Текст]: учебное пособие для студентов вузов / А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук. - 6-е изд., стер. - Москва: Академия, 2009. - 464 с.: ил. - (Высш. проф. образование). - Гриф УМО по специальностям пед. образования.
2. Легкая атлетика [Текст]: учебник для студентов вузов, обучающихся по направлению "Физ. культура" и специальности "Физ. культура и спорт" /под общ. ред. Н. Н. Чеснокова, В. Г. Никитушкина. - Москва: Физическая культура, 2010. - 440 с.: ил. - Гриф УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта. - Библиогр.: с. 436-437.
3. Легкая атлетика: правила соревнований ВФЛА. - М.: Сов. спорт, 2010. - 223 с.
4. Жилкин, А.И. Легкая атлетика: учеб. пособие / А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук. - 5-е изд., испр. - М.: Академия, 2008. - 464 с.: ил. - (Высш. проф. образование). - Гриф: Доп. УМО по специальностям пед. образования.

5. Жилкин, А.И. Легкая атлетика [Текст]: учебное пособие / А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук. - 4-е изд., стер. - Москва: Академия, 2007. - 464 с.: ил. - (Высш. проф. образование). - Гриф УМО по специальностям пед. Образования
6. Легкая атлетика [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2010. — 80 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/22284. — ЭБС «IPRbooks», по паролю
7. Никитушкин В.Г. Легкая атлетика в школе [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Никитушкин В.Г., Германов Г.Н.— Электрон. текстовые данные. — Воронеж: Истоки, 2007. — 609 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/27257. — ЭБС «IPRbooks», по паролю
8. Германов Г.Н. Урок легкой атлетики в школе. Часть I [Электронный ресурс]: монография/ Германов Г.Н., Германова Е.Г.— Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2015. — 242 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/27260. — ЭБС «IPRbooks», по паролю
9. Базовые виды спорта: легкая атлетика [Электронный ресурс]: учеб. пособие / С. Е. Войнова [и др.]; М-во спорта, туризма и молодежной политики РФ, Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Электрон. текстовые дан. (1 файл: 2,94 МБ). - СПб.: [б. и.], 2010. – 212с. - Электрон. дан. (1 файл): ил. - Гриф УМО высш. учеб. заведений РФ по образованию в обл. физ. культуры. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБС. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии.
10. Орлов Р.В. Легкая атлетика [Электронный ресурс]/ Орлов Р.В.— Электрон. текстовые данные. — М.: Человек, Олимпия Пресс, 2006. — 528 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/27563. — ЭБС «IPRbooks», по
паролю
11. Луценко С.А. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Лѐгкая атлетика [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Луценко С.А., Тухто С.В., Заходякина К.Ю.— Электрон. текстовые данные. — СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 2008. — 84 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/29968. — ЭБС «IPRbooks», по паролю

ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения
дисциплины (модуля)

- Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/
- Кругосвет - интернет-энциклопедия http://www.krugosvet.ru
- Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
- Российское образование http://www.edu.ru/
- Справочная правовая система «Консультант плюс» http://www.consultant.ru
- Университетская информационная система РОССИЯ http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp
- Федеральное агентство научных организаций (ФАНО России) http://fano.gov.ru/ru/
- Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь) http://www.fadm.gov.ru/
- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов: http://fcior.edu.ru(link is external)
- Электронно-библиотечная система IPRbooks http://www.iprbookshop.ru/
- Электронно-библиотечная система Университетская библиотека On-line http://biblioclub.ru/
- Спортивная Россия - национальная информационная сеть http://www.infosport.ru/(link is external)
- Библиотека международной спортивной информации http://bmsi.ru/ (link is external)
- Мир спорта http://www.sportedu.by/zhurnal-mir-sporta/(link is external)
- Спорт в школе http://spo.1september.ru/index.php(link is external)

 Теория и практика физической культуры http://www.teoriya.ru/ru(link is external)
Теория и практика физической культуры http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/(link is external)

1. Онгарбаева, Д. Т. Легкая атлетика с методикой преподавания [Электронный ресурс]: учебное пособие / Д. Т. Онгарбаева, Г. Б. Мадиева, Е. А. Алимханов. — Электрон. текстовые данные. — Алматы: Казахский национальный университет им. аль-Фараби, 2014. — 100 c. — 978-601-04-0593-6. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/58702.html

2. Легкая атлетика как раздел физической культуры в педагогических вузах [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов / А. Х. Марданов, И. Ш. Мутаева, И. Е. Коновалов, Н. Н. Селиверстова; под ред. А. Г. Мухаметшин. — Электрон. текстовые данные. — Набережные Челны: Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2011. — 132 c. — 2227-8397. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/60703.html

3. Забелина, Л. Г. Легкая атлетика [Электронный ресурс]: учебное пособие / Л. Г. Забелина, Е. Е. Нечунаева. — Электрон. текстовые данные. — Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2010. — 59 c. — 978-5-7782-1448-4. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/44667.html

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ представляется в виде перечня специализированных учебных аудиторий, имеющегося оборудования и инвентаря, компьютерной техники, программного обеспечения.

Специализированный зал по легкой атлетике, манеж, стадион, оснащѐнные следующей материально-технической базой: сектор для прыжков в длину (прыжковая яма, рулетка); сектор для прыжков высоту (гимнастические маты, стойки, планка, рулетка); сектор для метаний (ядро, малый мяч, сетка, рулетка); беговая дорожка (стартовые колодки, секундомер).

Учебная аудитория для лекционных и практических занятий:
Аудиторная доска – 1шт.,
стол -13,
стулья - 25,
интерактивная доска - 1шт,
ноутбук - 1шт,
проектор – 1шт.